TreadClimber® by BOWFLEX® | TC20

Manual en Español Latino Americano: www.bowflex.com/manuals

Manual de ensamblaje

Índice

Instrucciones importantes de seguridad 3
Especificaciones y herramientas 4
Antes del ensamblaje 5
Piezas 6
Tornillería 8
Ensamblaje 9
Ajustes 23

Si tiene consultas o problemas con su producto, llame al 1 (800) 605–3369.

Nautilus, Inc., (800) NAUTILUS/(800) 628-8458, www.NautilusInc.com - Servicio al cliente: América del Norte (800) 605-3369, tcinquiry@nautilus.com | fuera de los EE. UU. +01-360-859-5180, technics@nautilus.com | Impreso en China | © 2011 Nautilus, Inc.

Este ícono significa una situación posiblemente riesgosa que, de no evitarse, podría provocar la muerte o lesiones graves.

Acate las siguientes advertencias:

Lea y comprenda todas las Advertencias sobre esta máquina.

Lea atentamente y comprenda el manual de ensamblaje.

- Siempre mantenga a terceras personas y niños alejados del producto que está ensamblando.
- No conecte la fuente de alimentación a la máquina hasta que se le indique hacerlo.
- No ensamble esta máquina al aire libre ni en un lugar mojado o húmedo.
- Asegúrese de realizar el ensamblaje en un área de trabajo adecuada, alejada de transeúntes y terceras personas.
- Algunos componentes de la máquina pueden ser pesados o difíciles de manipular. Solicite la ayuda de otra persona para realizar los pasos de ensamblaje de dichas piezas. No realice usted solo los pasos que implican levantar objetos pesados o realizar movimientos difíciles.
- Coloque esta máquina sobre una superficie horizontal sólida y nivelada.
- No intente cambiar el diseño ni la funcionalidad de esta máquina. Si lo hace, podría poner en riesgo la seguridad de la máquina e invalidará la garantía.
- Si necesita reemplazar piezas, use sólo tornillería y piezas de repuesto originales provistas por Nautilus. No usar repuestos originales puede provocar riesgos para los usuarios, impedir que la máquina funcione correctamente e invalidar la garantía.
- No use la máquina hasta que esté completamente ensamblada y haya sido inspeccionada para comprobar su correcto funcionamiento según el manual del usuario.
- Lea y comprenda la totalidad del manual del usuario que se suministra con esta máquina antes del primer uso. Conserve los manuales del usuario y de ensamblaje para futuras consultas.
- Ejecute todos los pasos de ensamblaje en la secuencia indicada. El ensamblaje incorrecto puede producir lesiones.
- Este producto contiene imanes. Los campos magnéticos pueden interferir con el uso normal de determinados dispositivos médicos a corta distancia. Los usuarios podrían acercarse a los imanes durante el ensamblaje, el mantenimiento y/o el uso del producto. En vista de la evidente importancia de estos dispositivos, como un marcapasos, es importante que usted consulte a su proveedor de atención médica respecto al uso de este equipo. Consulte la sección “Etiquetas de advertencias de seguridad y número de serie” para encontrar la ubicación de los imanes en este producto.

Especificaciones y herramientas

Incluidas

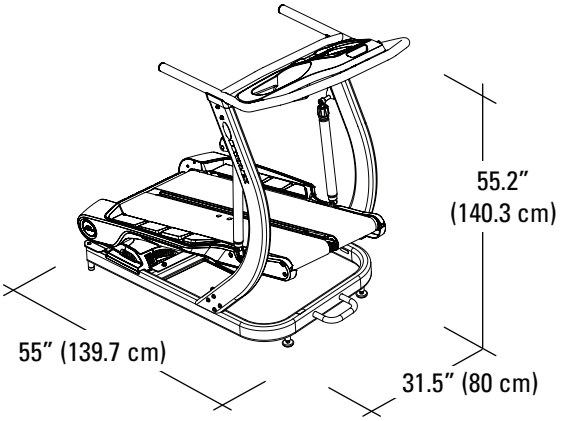
5 mm

No incluidas

#2

13 mm

(recomendado)



Seleccione el área donde va a instalar y hacer funcionar la máquina. Para un funcionamiento seguro, debe ubicarla sobre una superficie resistente y nivelada. Disponga un área de entrenamiento mínima de 179,1 x 340,4 cm (70,5 x 134 pulgadas).

Consejos básicos de ensamblaje

Al ensamblar la máquina, respete estos puntos básicos:

- Lea y entienda las “Instrucciones de seguridad importantes” antes del ensamblaje.
- Reúna todas las piezas necesarias para cada paso del ensamblaje.
- Con las llaves recomendadas, gire los pernos y tuercas hacia la derecha (en dirección de las manecillas del reloj) para apretar y hacia la izquierda (contra la dirección de las manecillas del reloj) para soltar, salvo que se instruya otra cosa.
- Al unir dos piezas, levántelas suavemente y mire a través de los orificios para los pernos con el fin de ayudar a insertar los pernos a través de los orificios.
- El ensamblaje requiere 2 personas.
- No use ninguna herramienta eléctrica para el ensamblaje.

Nota: La máquina de ejercicios TreadClimber® está diseñada para enchufarse únicamente a un tomacorriente conectado a tierra sin GFI. Para determinar si el tomacorriente o interruptor de circuito es GFI, busque un botón de prueba o de restablecimiento en ellos. Si cuentan con el botón de prueba o de restablecimiento, se trata de un tomacorriente o interruptor de circuito GFI.

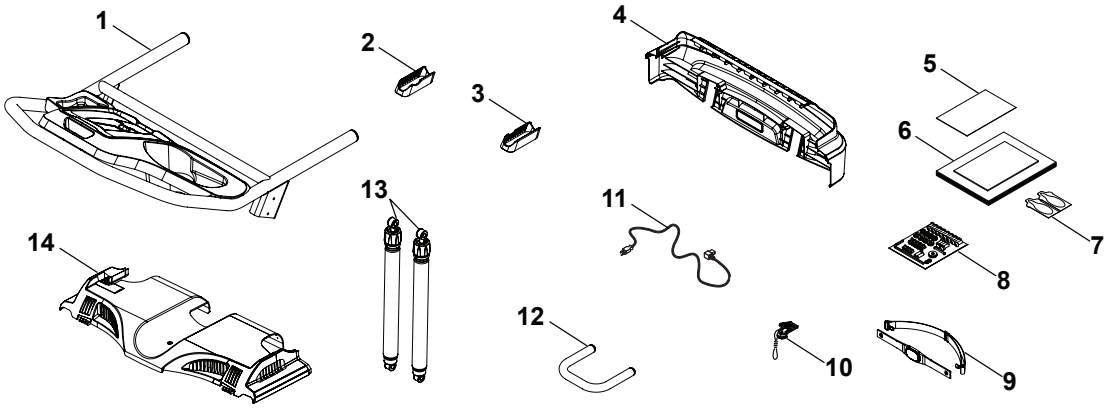
Estera para máquina

La estera para máquina Bowflex® TreadClimber® es un accesorio opcional que le ayuda a mantener el área de entrenamiento despejada y la agrega una capa de protección al piso. La estera de goma para máquina le brinda una superficie antideslizante de goma que limita las descargas estáticas y reduce la posibilidad de errores de visualización funcionamiento. Si es posible, coloque la estera para máquina Bowflex® TreadClimber® en el área de entrenamiento seleccionada antes de comenzar el ensamblaje.

Para pedir el la estera para máquina opcional, visite www.bowflex.com o llame al 1 (800) 605–3369.

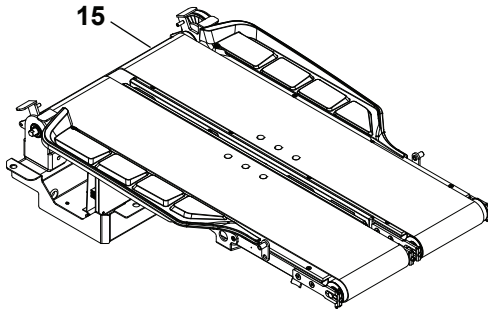
(4 CAJAS)

CAJA 1



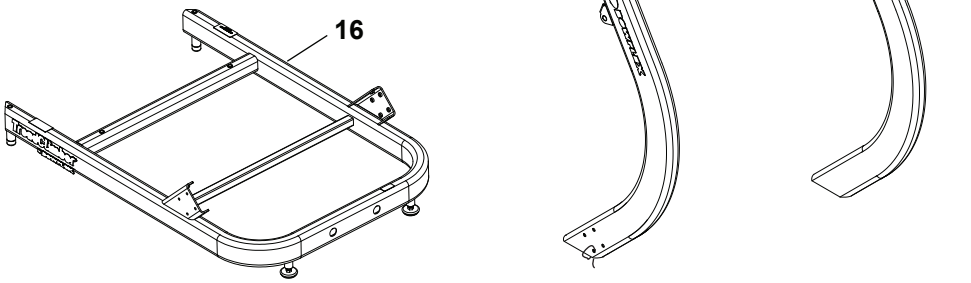
Elemento	Cant.	Descripción	Elemento	Cant.	Descripción
1	1	Ensamblaje de consola/manubrios	8	1	Lista de tornillería
2	1	Cubierta de unión, derecha	9	1	Banda de frecuencia cardíaca
3	1	Cubierta de unión, izquierda	10	1	Llave de seguridad
4	1	Cubierta trasera	11	1	Cable de alimentación
5	1	Plan de pérdida de peso Bowflex®	12	1	Asa de transporte
6	1	Kit de documentos	13	2	Cilindro
7	1	Kit de lubricación	14	1	Cubierta del motor

CAJA 2



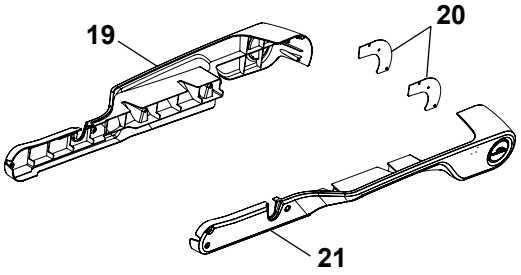
Elemento	Cant.	Descripción	Elemento	Cant.	Descripción
15	1	Ensamblaje de los pedales			

CAJA 3



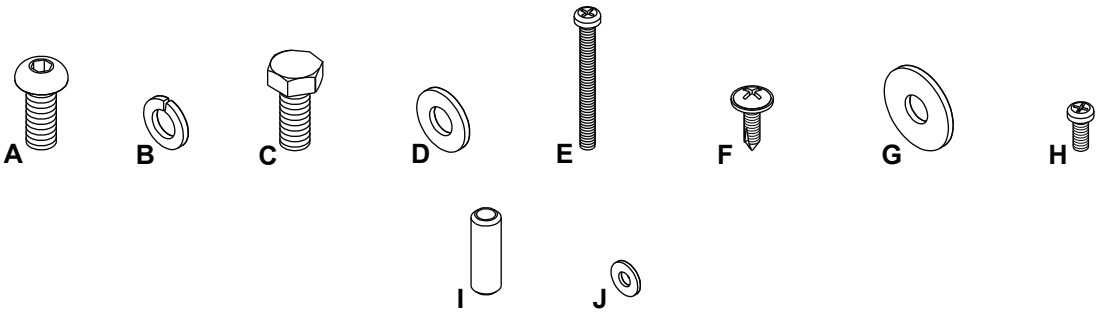
Elemento	Cant.	Descripción	Elemento	Cant.	Descripción
16	1	Ensamblaje de la base	18	1	Soporte vertical, izquierdo
17	1	Soporte vertical, derecho			

CAJA 4



Elemento	Cant.	Descripción	Elemento	Cant.	Descripción
19	1	Cubierta lateral, derecha	21	1	Cubierta lateral, izquierda
20	2	Cubierta de pivote			

Tornillería

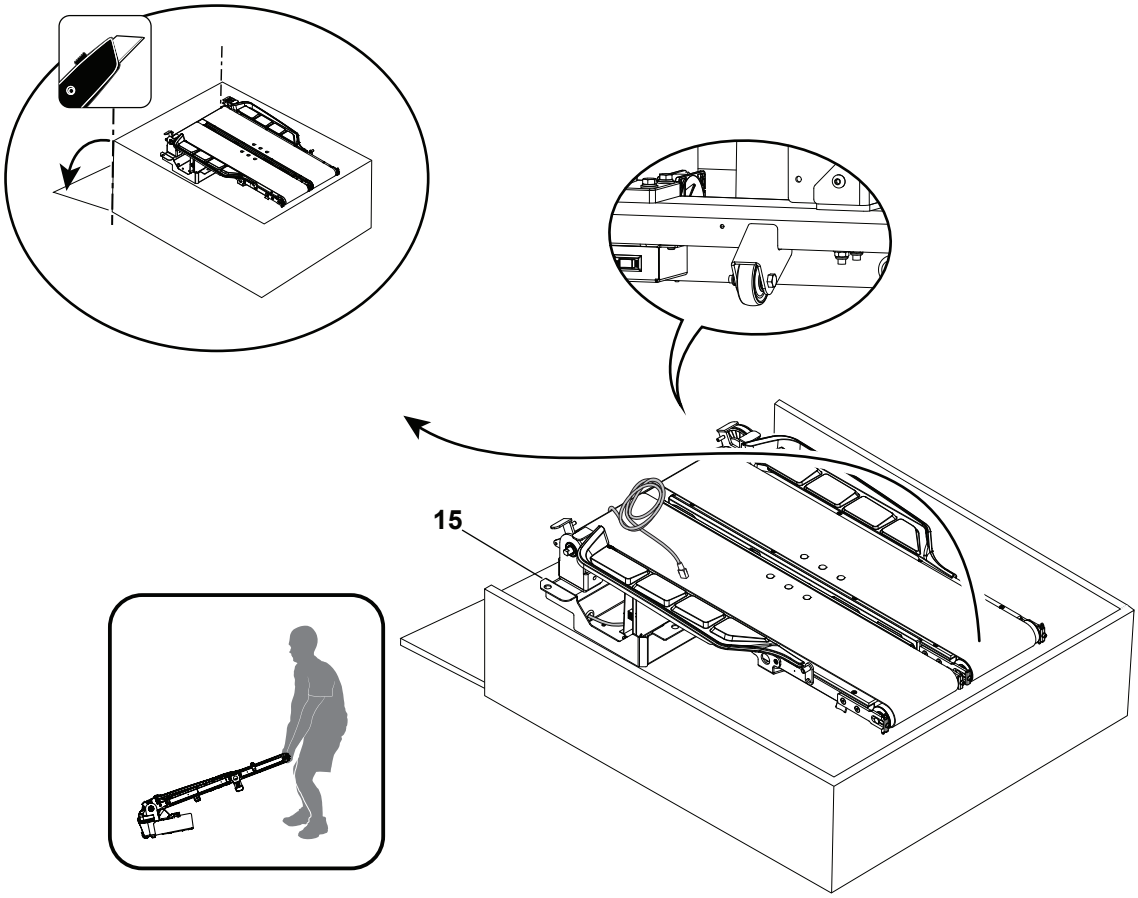


Elemento	Cant.	Descripción	Elemento	Cant.	Descripción
A	20	Tornillo de hexagonal de cabeza semiesférica, M8 x 20	F	8	Tornillo de cabeza Phillips, autorroscante M4 x 16
B	24	Arandela de bloqueo, M8 x 14	G	8	Arandela plana, M8 x 24
C	4	Tornillo de cabeza hexagonal M8 x 20	H	10	Tornillo de cabeza Phillips, M4 x 10
D	16	Arandela plana, M8 x 18	I	2	Separador
E	2	Tornillo de cabeza Phillips, M4 x 40	J	10	Arandela plana, M4 x 10

Algunos componentes de la máquina pueden ser pesados o difíciles de manipular. Solicite la ayuda de otra persona para realizar los pasos de ensamblaje de dichas piezas. No realice usted solo los pasos que implican levantar objetos pesados o realizar movimientos difíciles.

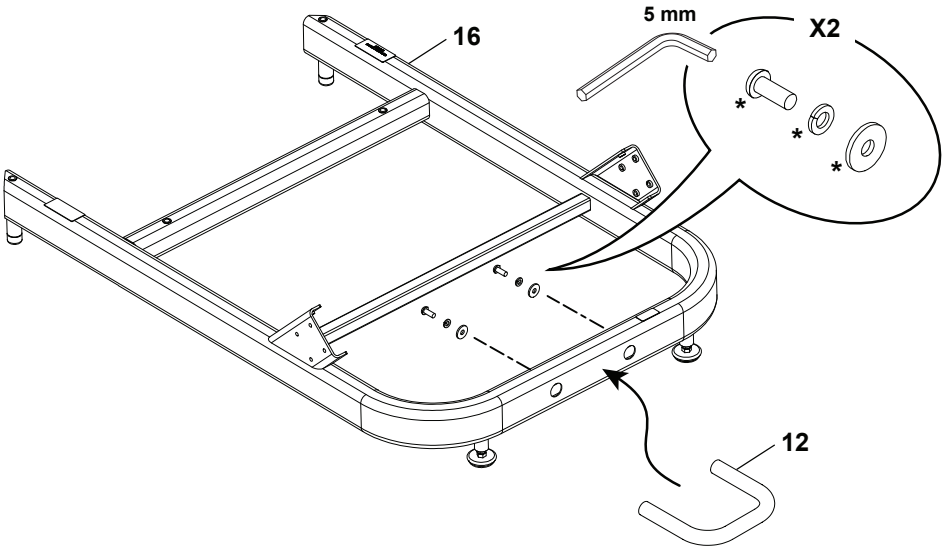
1. Corte y abra el extremo de la caja 2 y mueva el ensamblaje de los pedales a la nueva área de ejercicios

Nota: No corte la abrazadera plástica de embalaje hasta que se le indique.



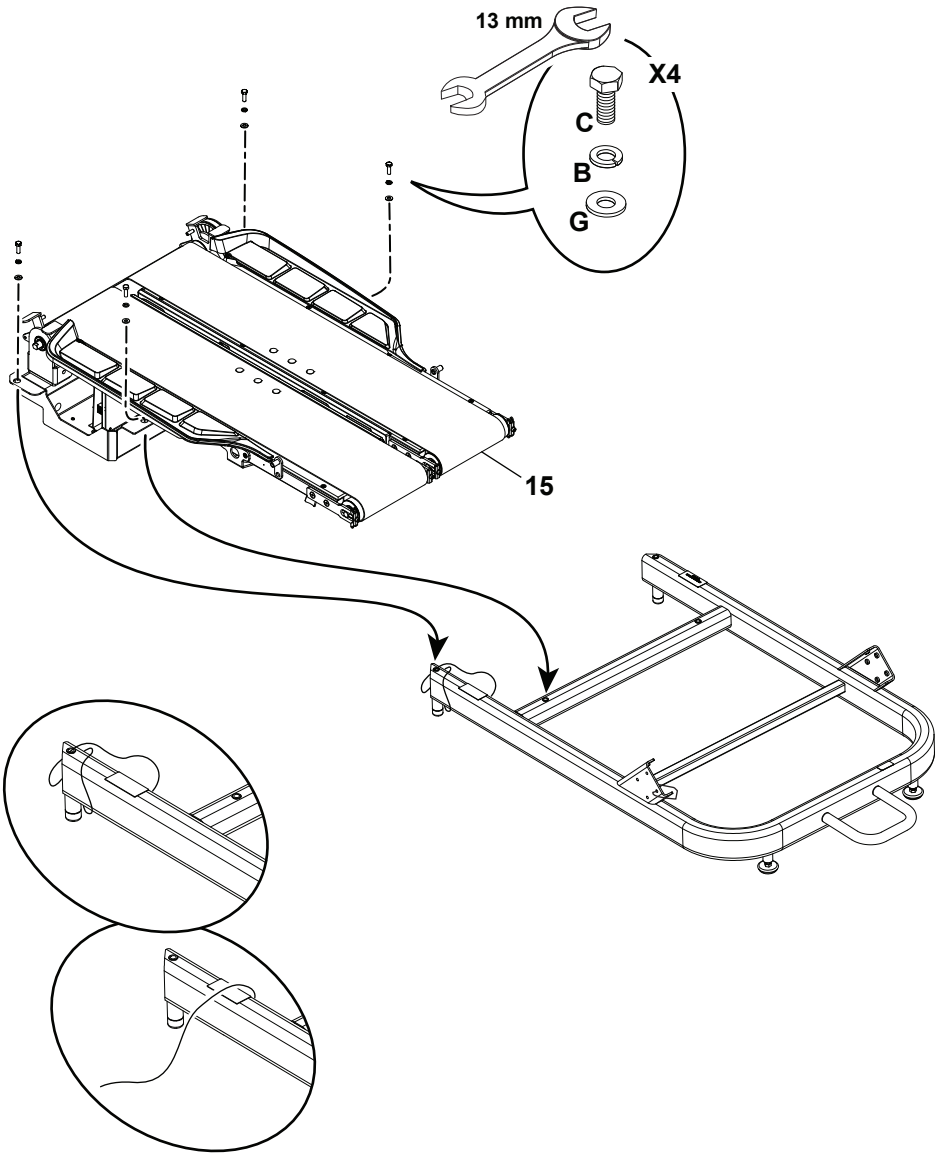
2. Acople el asa de transporte al ensamblaje de la base

Nota: La tornillería viene preinstalada y no aparece en la lista de tornillería (*).



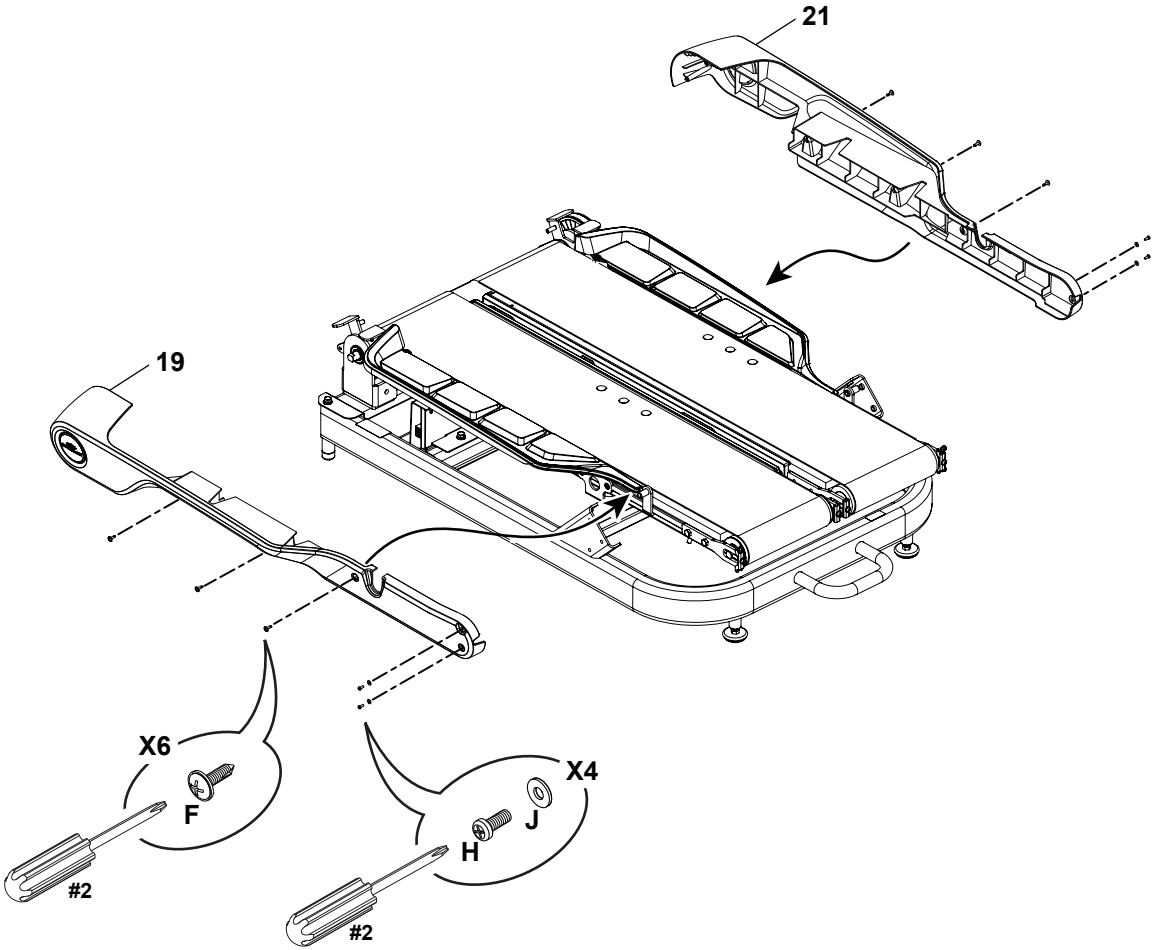
3. Acople el ensamblaje de los pedales al ensamblaje de la base

Nota: No tuerza el cable de entrada/salida (E/S) inferior. Desate de la parte posterior del ensamblaje de base el cable que se jala y colóquelo fuera de dicho ensamblaje. No lo corte ni deje que caiga dentro del ensamblaje de base.

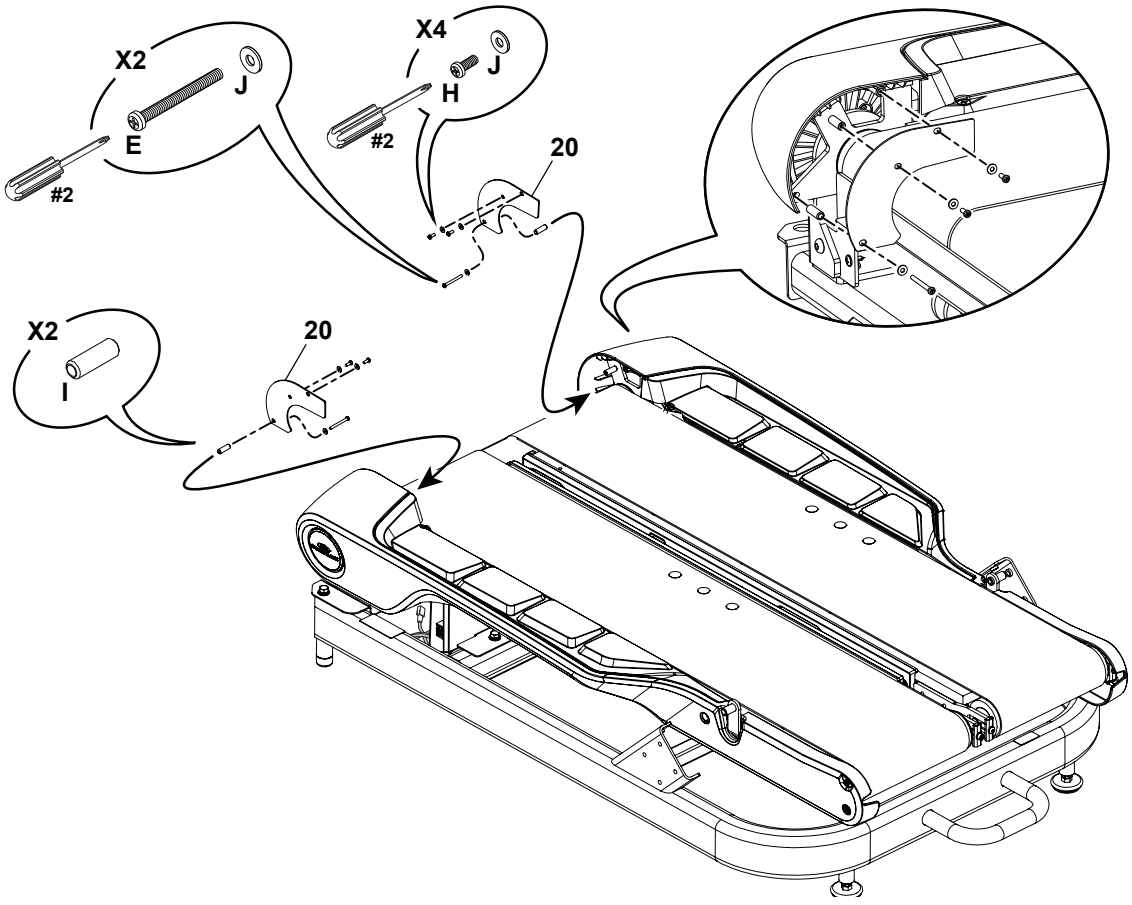


4. Acople las cubiertas laterales al ensamblaje de los pedales

Nota: No apriete completamente hasta haber instalado todos la tornillería.



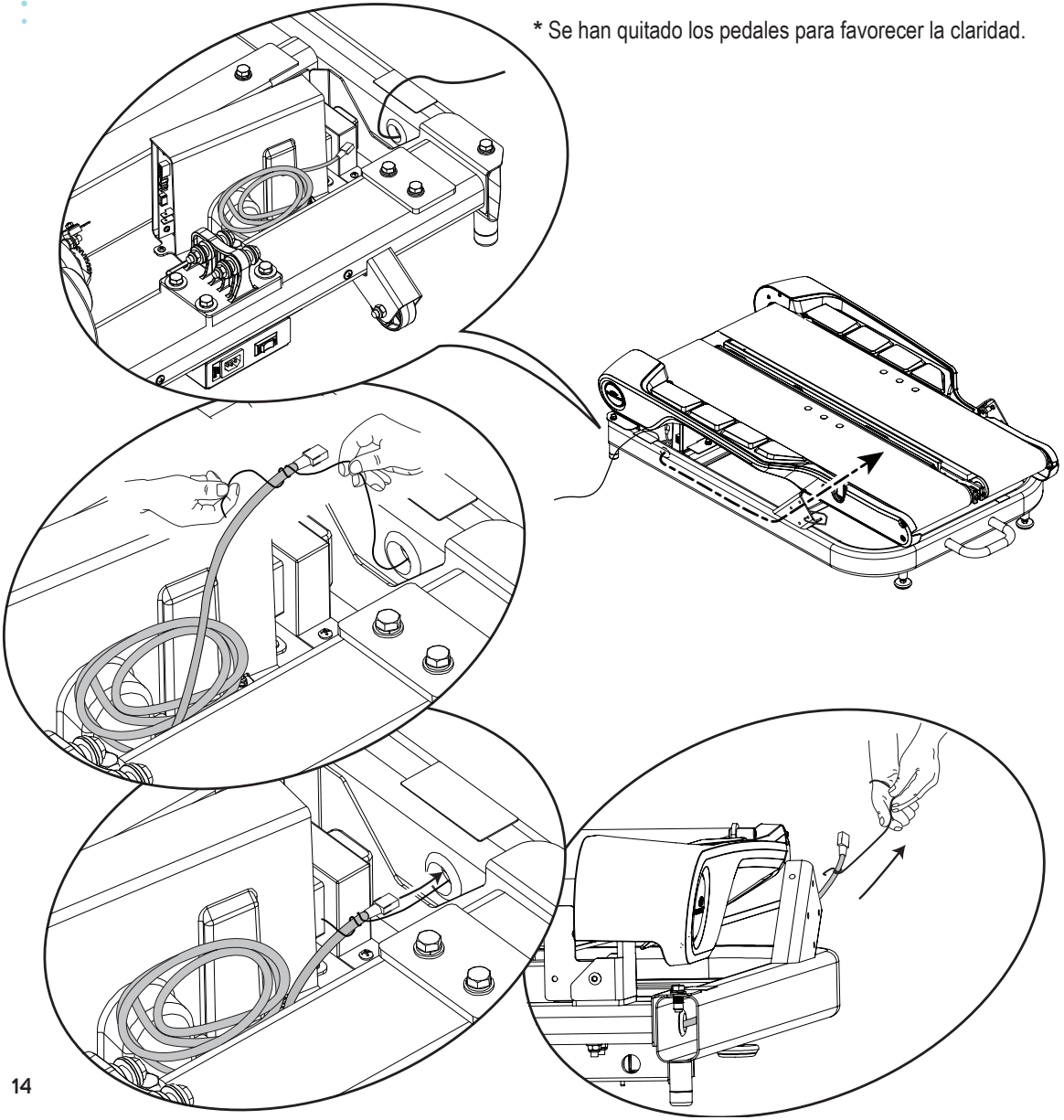
5. Acople las cubiertas de pivote y los separadores al ensamblaje de los pedales



6. Inserte el cable de E/S inferior en el ensamblaje de la base y luego enrútelo hacia la parte delantera

Nota: Asegúrese de enrutar el cable a través de la abertura lateral del ensamblaje de la base. No tuerza el cable de E/S inferior.

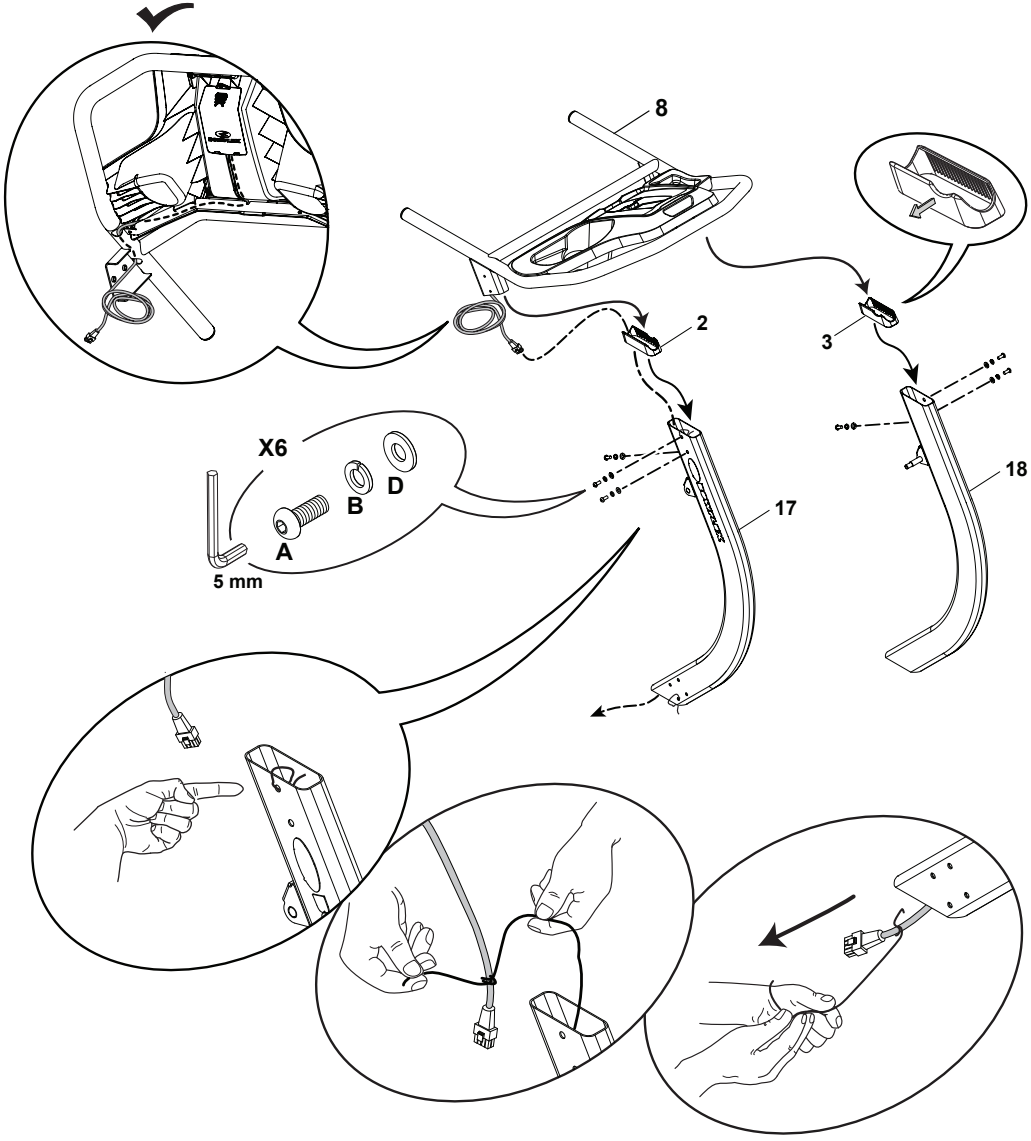
***** Se han quitado los pedales para favorecer la claridad.



7. Acople las cubiertas de unión y los soportes verticales al ensamblaje de consola/manubrios

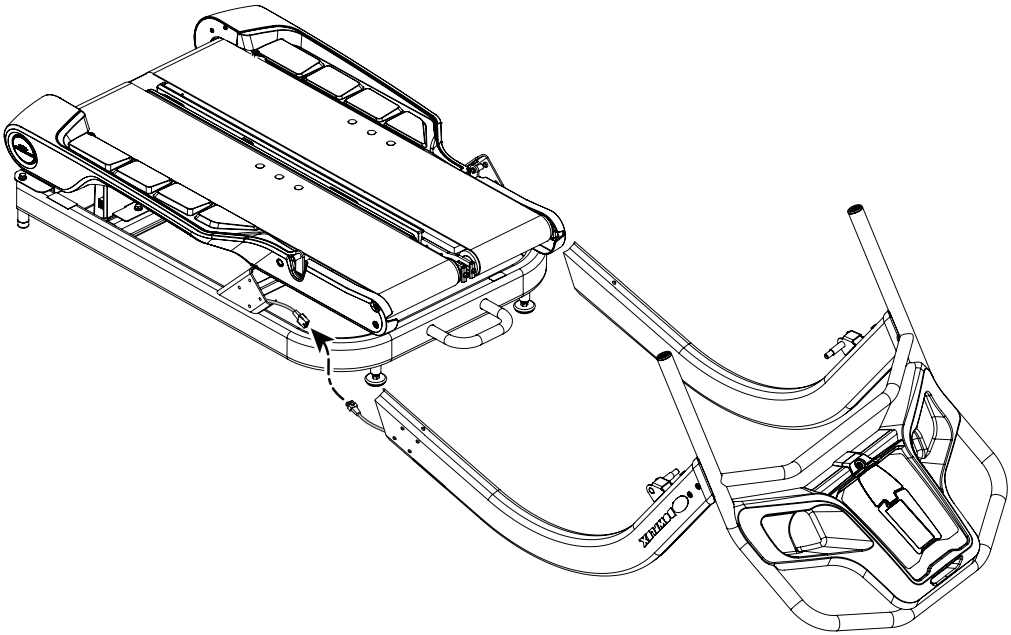
Nota: No tuerza el cable de E/S inferior.

Para prevenir posibles lesiones graves al insertar los extremos de los tubos en el ensamblaje de consola/manubrios, tenga cuidado para evitar que los dedos o las manos queden atrapados o comprimidos.



8. Conecte el cable de E/S al cable de E/S de la consola

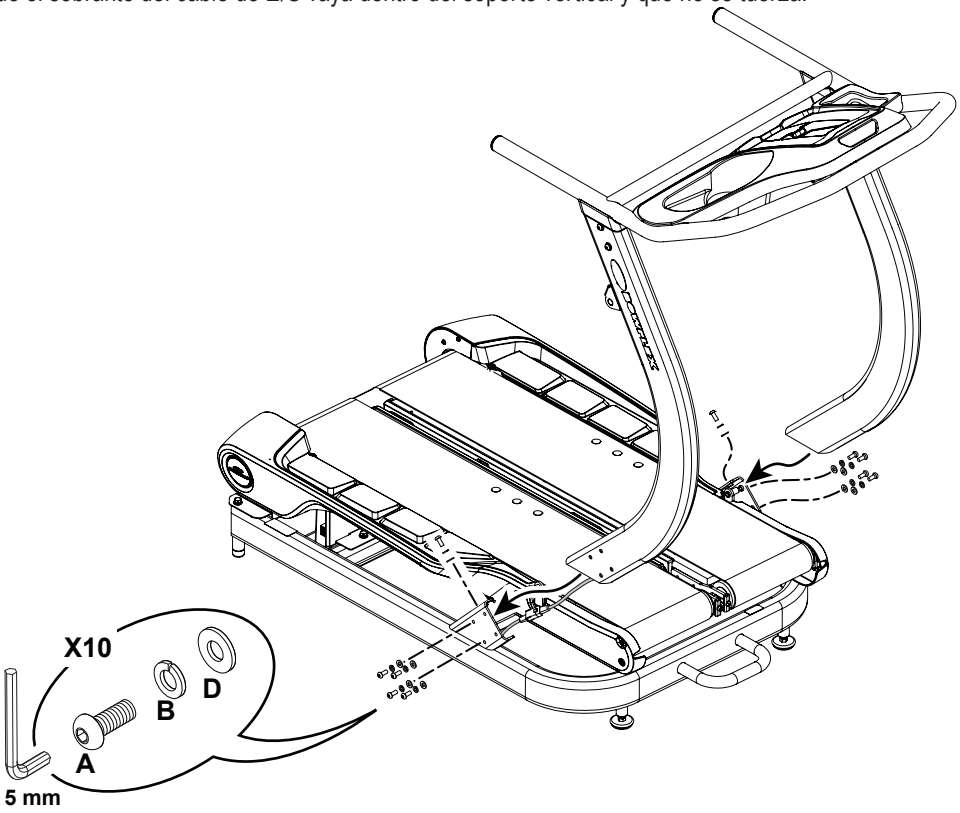
Nota: No tuerza el cable de E/S.



9. Acople el ensamblaje de consola/manubrios/soportes verticales al ensamblaje de la base

Nota: No tuerza los cables de E/S. Es posible que este paso requiera dos personas. No apriete completamente hasta haber instalado todos la tornillería.

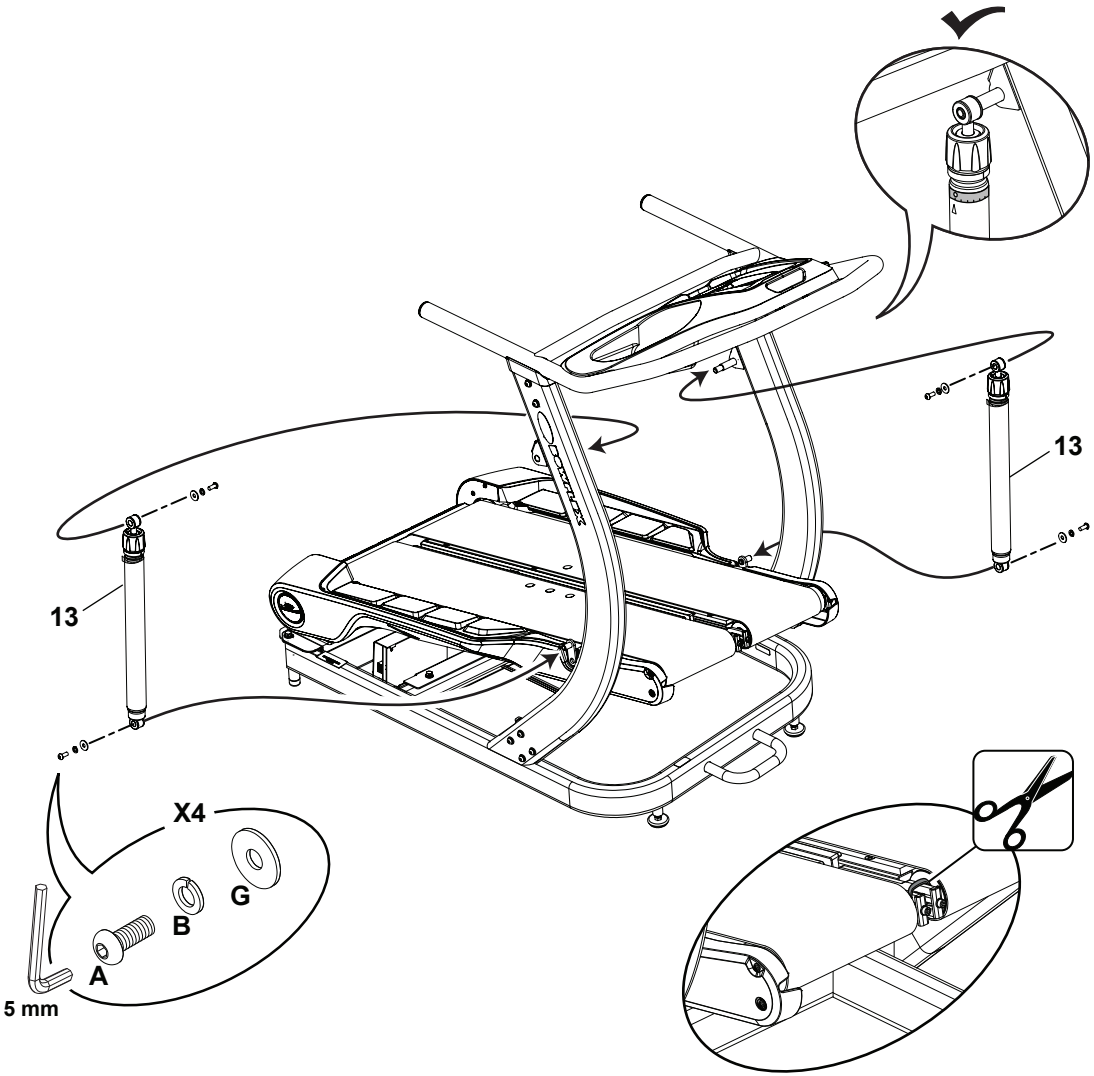
Para prevenir posibles lesiones graves al insertar los extremos de los tubos en el ensamblaje de la base, tenga cuidado para evitar que los dedos o las manos queden atrapados o comprimidos. Asegúrese de que el sobrante del cable de E/S vaya dentro del soporte vertical y que no se tuerza.



10. Acople los cilindros a los pedales y luego a los soportes verticales

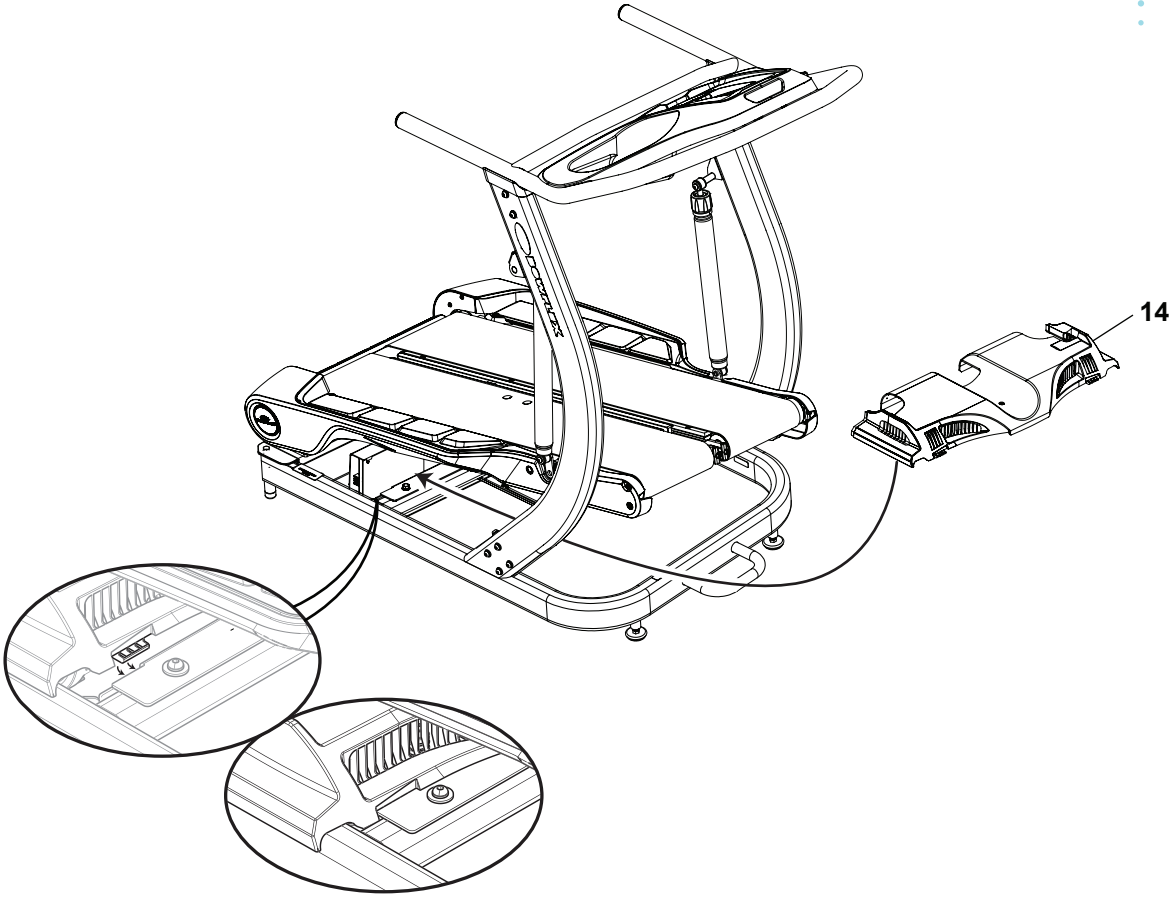
Nota: El dial de configuraciones de los cilindros debe quedar arriba, con la flecha blanca hacia el interior de la máquina. Acople los pedales antes de los soportes verticales. Una vez acoplado, corte la abrazadera plástica de embalaje que se encuentra en la parte delantera de los pedales.

Los pedales no cuentan con un mecanismo de bloqueo y deben sostenerse en forma segura.

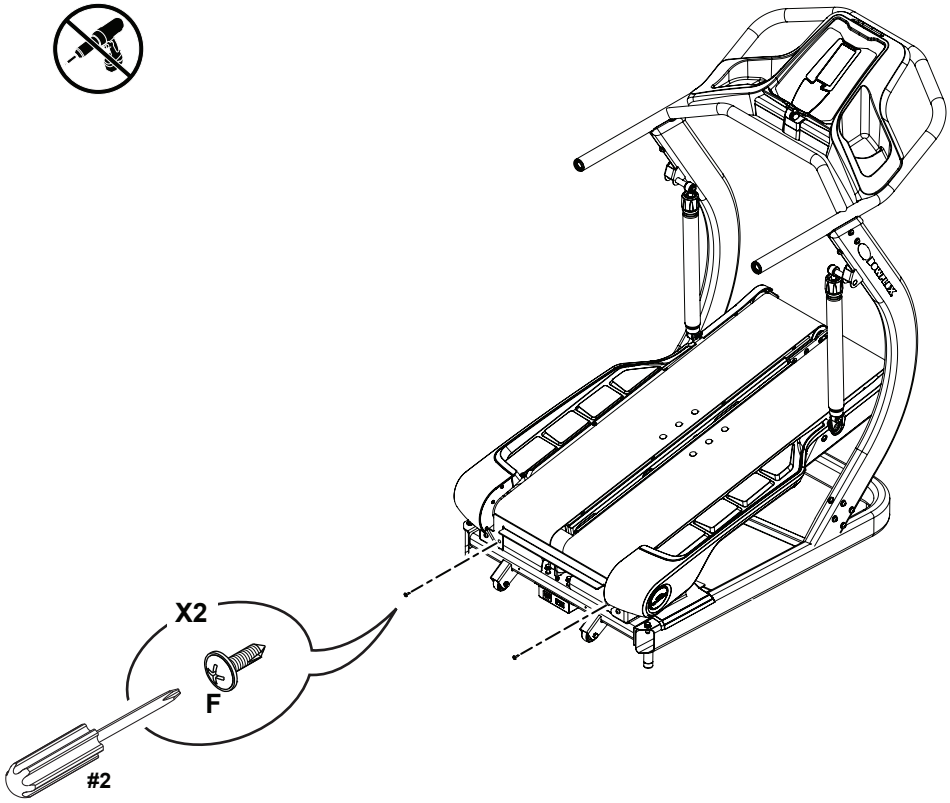


11. Acople la cubierta del motor al ensamblaje de la base

Nota: Asegúrese de que las lengüetas de seguridad de la cubierta del motor encajen en el ensamblaje de la base produciendo un chasquido.

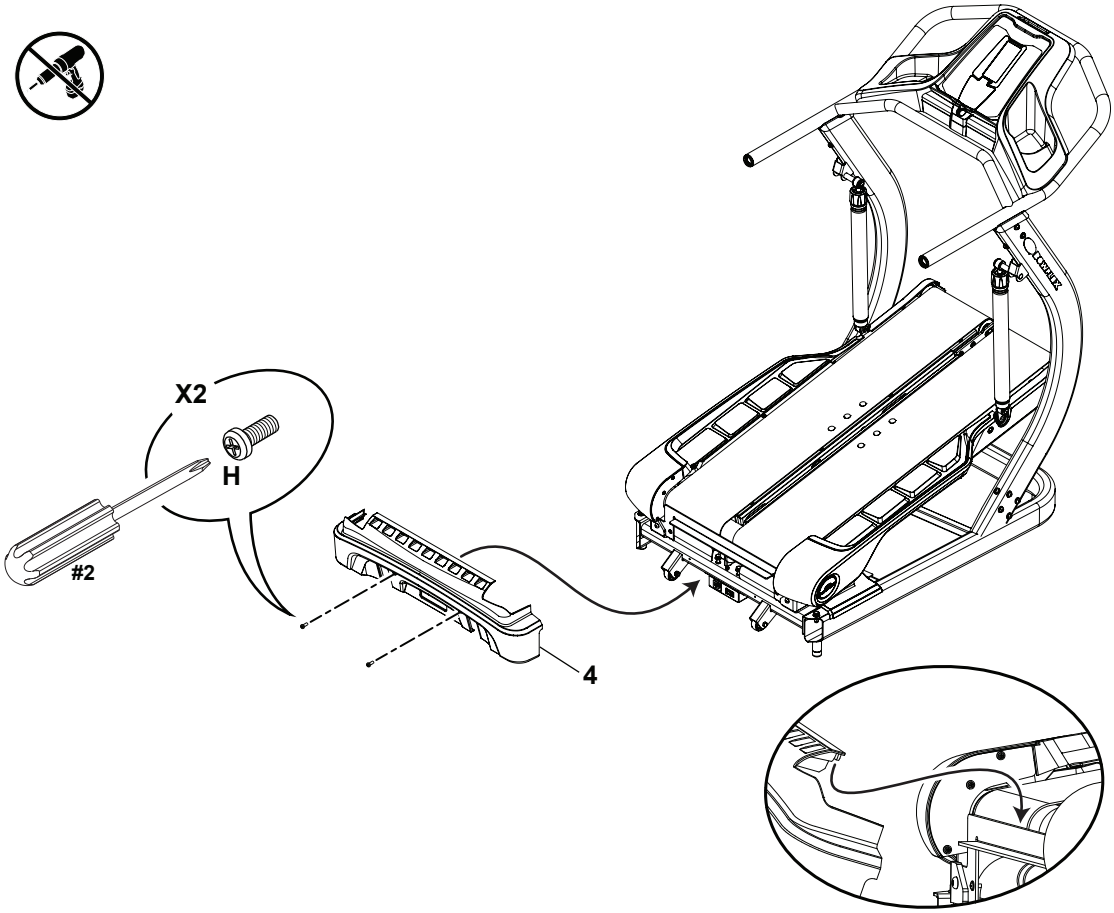


12. Asegure la cubierta del motor en el ensamblaje de la base



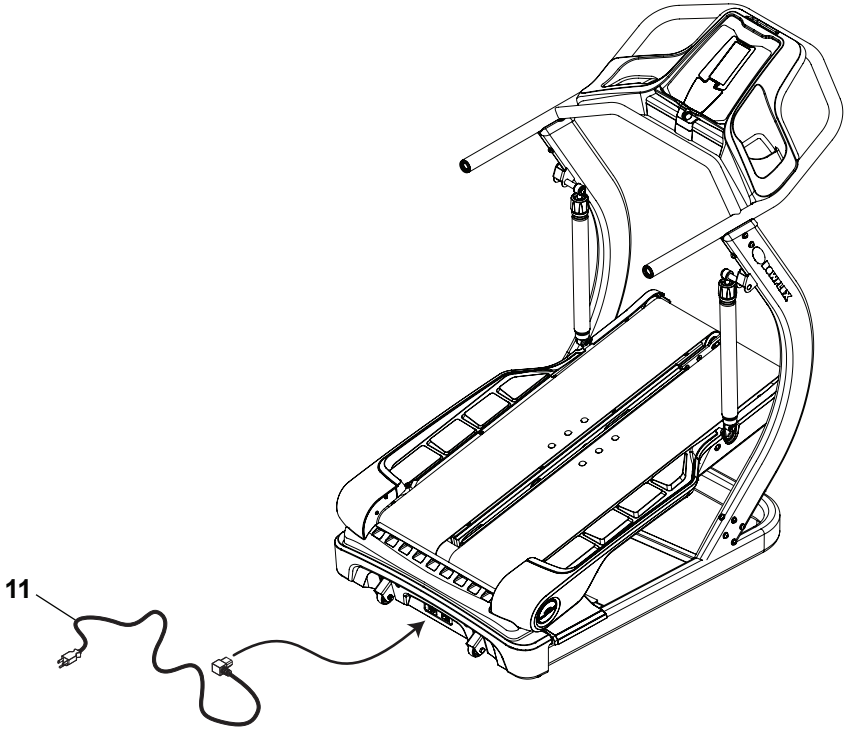
13. Acople la cubierta trasera al ensamblaje de los pedales

Nota: Asegúrese de que las lengüetas de seguridad en la parte superior interior de la cubierta del trasera encajen en el ensamblaje de la base produciendo un chasquido.



14. Conecte el cable de alimentación al ensamblaje de los pedales

Nota: La máquina de ejercicios TC20 TreadClimber® está diseñada para enchufarse directamente a un tomacorriente de 120 V para tres patas debidamente cableado y conectado a tierra. Si conecta la máquina en un tomacorriente con GFI (interrupción por falla de conexión a tierra) o AFI (interrupción por falla de arco), el funcionamiento de la máquina puede provocar que el circuito se desconecte.



15. Inspección final

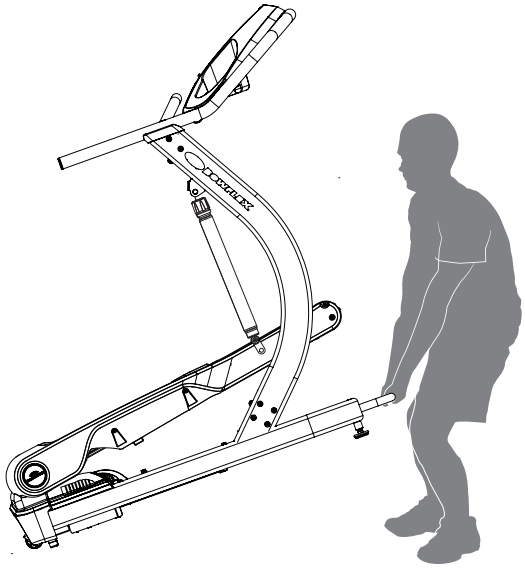
Inspeccione la máquina para asegurarse de que todos los sujetadores estén apretados y de que los componentes estén correctamente ensamblados.

⚠ No use la máquina hasta que esté completamente ensamblada y haya sido inspeccionada para comprobar su correcto funcionamiento según el manual del usuario.

Traslado de la máquina

La máquina de ejercicios TreadClimber® pesa aproximadamente 91 kg (200 libras) cuando está completamente ensamblada y es necesario tomar precauciones al trasladarla. Para moverla, use el asa de transporte que se encuentra bajo la parte delantera de la máquina. Para acceder al asa de transporte, gire los niveladores hasta que logre un espacio suficiente entre la máquina y el piso.

La máquina puede hacerse rodar sobre las ruedas de transporte a un nuevo lugar. Baje la máquina lentamente en la nueva ubicación sin lesionar su cabeza ni sus dedos.



No use los soportes verticales, los manubrios ni la consola para levantar o mover la máquina. Usted puede sufrir lesiones o la máquina puede resultar dañada.

La máquina puede ser trasladada por una o más personas en función de sus capacidades y destrezas físicas. Asegúrese de que usted y las demás personas sean físicamente capaces y aptos para mover la máquina de manera segura.

Ubique la máquina sobre una superficie limpia, resistente, nivelada y que esté libre de materiales no deseados u otros objetos que puedan estorbar su capacidad para moverse libremente. Se debe usar una estera de goma bajo la máquina para evitar la liberación de electricidad estática y proteger el piso.

Para un almacenamiento seguro de la máquina y para evitar el funcionamiento no supervisado de la misma, siempre quite la llave de seguridad y desconecte el cable de alimentación del tomacorriente de pared y de la entrada de CA. Ponga el cable de alimentación en un lugar seguro.

Nivelación de la máquina

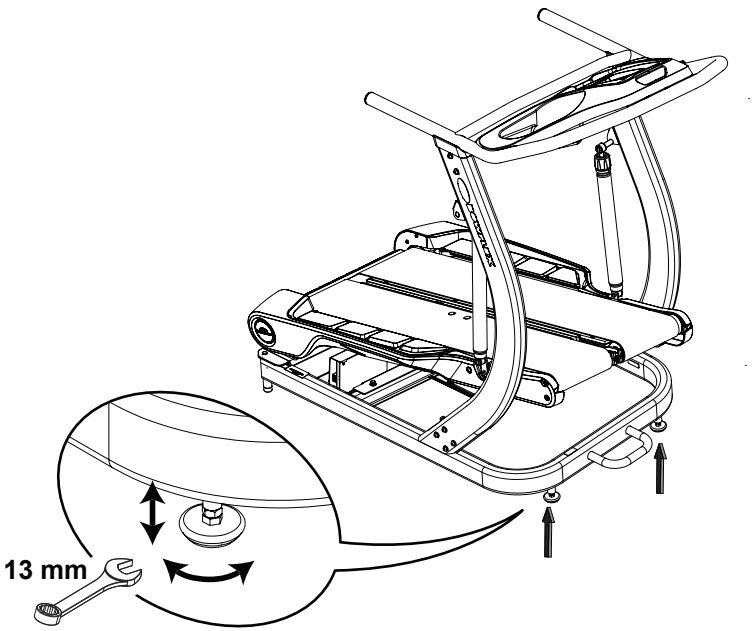
Los niveladores se encuentran en la parte delantera de la máquina TreadClimber®. Asegúrese de que la máquina TreadClimber® esté nivelada y estable antes de ejercitarse en ella. Para ajustar:

1. Afloje la contratuerca superior.

2. Gire el nivelador para ajustar la altura.

3. Apriete la contratuerca superior para bloquear el nivelador.

No ajuste los niveladores a una altura excesiva que ocasione que se separen o desenrosquen de la máquina. Usted puede sufrir lesiones o la máquina puede resultar dañada.



TreadClimber®

by BOWFLEX®

Nautilus® | Bowflex® | Schwinn® | Universal®

8001854.080113.B